



# El Campylobacter

## Datos sobre el Campylobacter

El campylobacter es una bacteria que puede causar enfermedades, especialmente la diarrea. Cerca de 10.000 casos de infección del campylobacter se reportan en los Estados Unidos cada año. Miles de casos no son reportados. El campylobacter es la causa más común de la enfermedad diarreica causada por bacteria en los Estados Unidos.

Algunas cosas importantes que debe de saber sobre la infección del campylobacter son:

- Los síntomas incluyen fiebre, calambres abdominales y diarrea que comienzan de 2 a 5 días después de que se infecta la persona. La diarrea puede tener sangre y puede causar vómito. Por lo general, los síntomas duran una semana.
- El campylobacter es diagnosticado por una prueba de laboratorio de materia fecal.
- Las personas que tienen diarrea severa por más de un día o dos deben consultar a un médico o acudir a una clínica.
- En casos raros, la infección puede propagarse de los intestinos a la corriente sanguínea, y después a otras partes del cuerpo. Los infantes, la gente mayor y las personas con sistemas inmunes débiles son más propensas a desarrollar una enfermedad severa del campylobacter.

### La propagación del Campylobacter

El campylobacter se puede propagar por las siguientes vías:

- **Aves que no han sido cocinadas totalmente y leche que no ha sido pasteurizada**
- **La materia fecal de las personas infectadas** que no se lavan las manos después de usar el baño y antes de preparar alimentos, o si los pañales no se cambian cuidadosamente
- **Carne cruda** (aunque los animales sean sanos antes de sacrificarlos)
- **Frutas y verduras sucias y crudas**
- **La materia fecal de los animales domésticos, en particular de los pájaros, perritos y gatitos**
- **El agua que ha sido contaminada por la materia fecal de animales**



## Tratamiento para la diarrea causada por el campylobacter

La diarrea causada por el campylobacter generalmente se termina en 2 a 5 días sin tratamiento.

No hay vacuna para prevenir el campylobacter.

Los antibióticos no son necesarios para la mayoría de las personas. Los antibióticos se pueden dar a las personas que tienen síntomas severos o que están a riesgo de desarrollar complicaciones serias - incluyendo infantes, los ancianos y aquellas personas con sistemas inmunes débiles.

Si los niños jóvenes y bebés tienen diarrea y fiebre por más de un día, llame a su médico o a la clínica.

### **Otro tratamiento**

- No utilice medicina que no haya sido recetada para la diarrea. Es mejor permitir que los gérmenes viajen a través del cuerpo y dejen el cuerpo en la materia fecal.
- Coma alimentos y líquidos ligeros, como gelatinas, 7-Up\* y Gatorade.\*
- Las personas que tienen diarrea severa necesitan cantidades grandes de líquidos. A veces se pueden requerir los líquidos intravenosos.

**No se olvide**

Si usted tiene el campylobacter:

- no prepare ni sirva alimentos

Si usted tiene diarrea, no vaya a trabajar en:

- locales que ofrecen servicio alimenticio
- sitios donde proveen cuidado para los niños
- clínicas de salud

## **Cómo protegerse a usted y su familia del campylobacter**

### **Alimento—cocinar los alimentos en forma correcta mata totalmente a las bacterias del campylobacter**

- Cocine los alimentos por completo y utilice un termómetro. No coma la carne que está rosada en el centro. Cocine el pollo a 165 grados Fahrenheit, temperatura interna medida en la parte más gruesa.
- Lave todas las frutas y verduras en agua de la llave. El pollo no necesita ser lavado antes de cocinar.
- Mantenga las carnes/aves no cocinadas y sus jugos/escabeches aparte de los alimentos cocinados.
- No utilice los mismos platos para los alimentos crudos y cocinados. Ponga las aves cocinadas en un plato limpio.
- Lave bien, con jabón y agua caliente, los utensilios, las tablas para cortar, las superficies de trabajo y las manos después de manejar carnes crudas.
- No tarde más de dos horas en poner todos los alimentos cocinados en el refrigerador después de cocinar (una hora si es un día caliente). Separe las cantidades grandes en recipientes más pequeños para que se enfríen rápidamente.
- El campylobacter se ha encontrado en leche no pasteurizada y abastecimientos de agua no tratada. No beba ni coma los alimentos de fuentes no inspeccionadas o aprobadas.

### **Cuidado de animales domésticos**

- Lávese bien las manos con jabón y agua tibia después de limpiar las heces de animales o manejar los animales.



### **Cómo lavarse bien las manos**

- Frote las manos en las partes de arriba y abajo con jabón por 20 segundos.
- Utilice toallas de papel o toallas limpias de tela para secar.
- Utilice la toalla de papel para cerrar la llave del agua en un lugar público.
- Lávese bien las manos después de ir al baño o cambiar los pañales. Limpie el baño con desinfectante. Limpie la palanca y llaves de agua. Mantenga las toallas limpias.



## **La infección del campylobacter es una enfermedad reportable**

Si le diagnostican a usted con la infección del campylobacter, su médico dará un informe a la Agencia de Servicios Humanos y de Salud del Condado. Se pueden comunicar con usted para investigar cómo usted se infectó. Esto ayuda a evitar que la enfermedad se propague a otras personas.

Para más información sobre esta enfermedad, vea la página del internet para los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en [www.CDC.gov](http://www.CDC.gov).

**Para reportar el campylobacter en el Condado de San Diego, llame a (619) 515-6620.**

*Condado de San Diego – Agencia de Servicios Humanos y de Salud – Epidemiología Comunitaria  
P.O. Box 85222, P511C-A – San Diego, CA 92186-5222*